



PILATES SLINGS IN MOTION

ZIEL

Pilates kräftigt Ihren Körper systematisch. Es wird insbesondere die tiefliegende Muskulatur im Becken- und Rumpfbereich und die Faszien (Bindegewebsstrukturen) trainiert. Zudem verbessern Sie durch Pilates Ihre Bewegungs- und Haltungsgewohnheiten.

KOSTEN*

CHF 108.— bis max. CHF 156.—

*Preis variiert je nach Anzahl Lektionen pro Quartal
Keine Kurse an Feiertagen!*

KURSLEITUNG

Svetlana Lehmann

KURSZEIT

DO 10.15 – 11.10 Uhr

Kursdurchführung bei mind. fünf vollzahlenden Anmeldungen.



** Hallenbadeintritt ist nicht im Kurspreis enthalten und jeweils separat zu bezahlen.*

Q1/2024	22.01. – 20.04.2024 (13x)
Q2/2024	22.04. – 06.07.2024 (11x)
Q3/2024	12.08. – 02.11.2024 (12x)
Q4/2024	04.11.24 – 25.01.25 (10x)

AUSKUNFT & ANMELDUNG

Hallenbad AG Burgdorf
Sägegasse 15c, 3400 Burgdorf
+41 (0)34 422 94 14

info@hallenbad-burgdorf.ch
www.hallenbad-burgdorf.ch

  HallenbadBurgdorf

Mit diesem QR-Code geht es direkt zu der Kursseite



**Hallen
Bad** BURGENDORF

SPORT & WELLNESS